

PFLEGELEXIKON

– DIE SERIE ZUM SAMMELN

Rezidivprophylaxe von chronischen Wunden bei venösen Ulzera

I Rezidivprophylaxe von chronischen Wunden bei venösen Ulzera

Die nachfolgenden Informationen basieren auf dem Behandlungsstandard „Rezidivprophylaxe von chronischen Wunden bei venösen Ulzera“ vom Wundzentrum Hamburg e.V. (http://www.wundzentrum-hamburg.de/fileadmin/user_upload/standards_WZ/05_2014/WZ-BS-009_V02_Rez_Prophyl_ven_Ulcer.pdf). Ergänzende Tipps zu An- und Ausziehhilfen runden diesen Beitrag ab.

Grundlagen

Die Neuentstehung einer chronischen Wunden in Folge bzw. in Kombination mit einer chronisch venösen Insuffizienz ist zu verhindern. Die Grunderkrankung des Venensystems besteht fort, d.h. auch nach Abheilung des Ulcus cruris venosum sind die verordneten Kompressionsstrümpfe, ein Leben lang zu tragen, um einer neuen Wunde vorzubeugen. Sobald die Kompression nicht mehr getragen wird, fällt der formende Druck weg, und die Venenklappen können nicht mehr schließen. Der Abtransport von Stoffwechselabfallprodukten und Gewebsflüssigkeit ist nicht mehr gewährleistet. Dadurch kommt es zu Schädigungen der Haut, und eine neue Wunde kann entstehen.

Ein Großteil der Patienten ist nach der Abheilung eines Ulcus cruris venosum (UCV) von Rezidiven betroffen. Ein Grund kann sein, dass Patienten nach Abheilung infolge mangelnder Aufklärung oder Akzeptanz keine Kompressionsstrümpfe mehr tragen. Auf eine adäquate Rezidivprophylaxe ist daher ein gesteigertes Augenmerk zu legen. Unterstützende Schulungsmaßnahmen vermitteln dem Patienten den Sinn und die Wichtigkeit dieser Maßnahme.

Ursachen

Durch die Grunderkrankung chronisch venöse Insuffizienz (CVI) kommt es in den Venen zu einer Beeinträchtigung des Blutrückflusses zum Herzen. Die daraus resultierende venöse Hypertonie führt zu einer Deformierung der Venen und einem verstärkten Austritt von Blutbestandteilen aus den Gefäßen. Die durch das Ödem verlängerte Diffusionsstrecke führt zu einer Mangelversorgung der Zellen und deren Absterben. Dieser Teufelskreis kann durch eine suffiziente Kompression positiv beeinflusst werden.

Ziele des Behandlungsstandards „Rezidivprophylaxe von chronischen Wunden bei venösen Ulzera“

- Koordiniertes Vorgehen aller an der Behandlung beteiligten Personen
- Vermeiden von Rezidiven
- Einheitliches Vorgehen bei der Rezidivprophylaxe
- Förderung der Lebensqualität, Vermeiden von Komplikationen

Maßnahmen zur Rezidivprophylaxe

- Tägliches Tragen von individuell angepassten Kompressionsstrümpfen

- Zur Schonung des Strumpfmaterials und zum erleichterten An- und Ausziehen der Strümpfe Nutzung von An- und Ausziehhilfen (siehe unten)
- Meiden von heißen Temperaturen, z. B. Sonnenbäder, Sauna- und Solariumbesuche
- Im Sommer Kühlung der Beine, z. B. mit gekühlten Handtüchern aus dem Eisfach
- Beine täglich kalt abwaschen oder Wechselduschen machen und mit kalten Enden; Kneipp'sche Güsse, Wassertreten
- Beine zwischenzeitlich über Herzniveau hochlegen und nicht übereinander schlagen; nachts das Fußende des Bettes leicht hochstellen
- Fuß- und Fingernägel kurz halten und einer übermäßigen Hornhautbildung vorbeugen, um die Kompressionsstrümpfe zu schonen
- Schuhe mit flachem Absatz tragen
- Um auch mit gewickelten Beinen schicke Schuhe tragen zu können, diese eine Nummer größer kaufen oder weite und atmungsaktive Modelle wählen, z. B. Sneaker
- Kleidung anpassen: keine einschnürende Kleidung tragen, z. B. Mieder, Korsetts, Socken oder Strümpfe mit engen Bündchen
- Keinen Kraftsport machen, da dies die Gefäße unnötig belastet



Abbildung 1
Strumpfübersicht.



Abbildung 2
Wasser treten.

- Übergewicht reduzieren
- Auf ausreichend Flüssigkeit und ballaststoffreiche Ernährung achten
- Angepasste Hautpflege, z. B. mit Urea bei trockener, juckender, schuppiger Haut

Tipp: Kompressionsstrümpfe sind in vielen aktuellen Modefarben, Batikmustern, Musterwebungen und Verzierungen (z. B. Strass) erhältlich (s. Abb. 1).

Venensport

Eine halbe Stunde Venensport am Tag trainiert die Beinmuskelpumpen und unterstützt somit die Wirkweise der Kompression, zum Beispiel:

- Spazieren gehen, Nordic Walking, bewusst Treppen benutzen statt Aufzug
- Wassertreten: Wanne bis zur Wadenhöhe mit kaltem Wasser befüllen und im Storchschritt abwechselnd die Beine aus dem Wasser heben (s. Abb. 2)
- Sitzend mit der Fußspitze und der Ferse im Wechsel den Boden berühren
- Stehend an einer Tischkante oder Stuhllehne festhalten, Gewicht von den Fersen auf die Fußspitzen verlagern und dabei die Fersen anheben
- Hände im Liegen hinter dem Kopf verschränken, dann Gesäßmuskeln anspannen, dabei das Becken anheben und aus-



Abbildung 5
Handschuhübersicht.



Abbildung 3
Greifübung für den Fuß.

- atmen, anschließend Becken wieder senken, kurze Entspannung und einatmen
- Mit dem Fuß nach Gegenständen greifen, z. B. Stift oder Tuch (s. Abb. 3)
- Den Fuß über einen runden Gegenstand abrollen, z. B. Flasche, Ball
- Nutzung eines Venentrainers bzw. Venensport-Kissens; dabei wird die Luft von einer Kissenkammer in die andere getreten und somit die Muskelpumpen aktiviert (s. Abb. 4)

Tipp: „3 S- und 3 L-Regel“: Sitzen und stehen ist schlecht, lieber laufen und liegen!

An- und Ausziehhilfen

Insbesondere ältere Patienten sind in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt. Begleiterkrankungen, wie Rheuma und Gelenkversteifungen aber auch Übergewicht, reduzieren die Beweglichkeit zusätzlich. Dadurch stellt das An- und Ausziehen der Kompressionsstrümpfe für viele Patienten eine große Herausforderung dar. An- und Ausziehhilfen erleichtern den Umgang mit den Kompressionsstrümpfen. Sie haben eine Hilfsmittelzulassung und sind ordnungs- und erstattungsfähig. Der zusätzliche Einsatz von genoppten Gummi- bzw. Haushaltshandschuhen ist eine gute Unterstützung (Abb. 5). Sie erhöhen die Grifffähigkeit und mindern das Risiko von Mate-



Abbildung 6
Gleitsocken.



Abbildung 4
Nutzung eines Venentrainers.

rialschäden, z. B. durch die Fingernägel. Solche Handschuhe werden sowohl von den Strumpffirmen angeboten, sind aber auch in Drogerie- und Supermärkten erhältlich. Zur Schonung der Haut sind Handschuhe mit Baumwollfüterung zu bevorzugen. Die Kosten dafür werden allerdings nicht von den Krankenkassen übernommen, sondern sind vom Patienten zu tragen.

Verordnungsrelevante Indikationen für An- und Ausziehhilfen sind u.a.:

Lähmungen, Arthrose/Rheuma, Adipositas per magna, weitgehende Wirbelsäulen-/Hüft-/Knieversteifungen, degenerative Erkrankungen der Hände/im Handbereich, Folge von Verletzungen/Amputationen.

Kleine Gleitsocken

Diese Produkte sind bei offenen Strümpfen häufig bereits im Paket enthalten. Sie erleichtern das Anlegen des Strumpfes lediglich am Fuß und sind keine echten Anziehhilfen sondern lediglich Gleithilfen (Abb. 6).

Beispiele für Anziehhilfen

Es gibt diverse unterschiedliche Modelle. Der Patient sollte vorab eine individuelle



Abbildung 7
Nutzung eines Gestells als Anziehhilfe.



Abbildung 8
Übersicht Gleiter.

Beratung erhalten, um herauszufinden, welches Modell am besten für seine Bedürfnisse und körperlichen Fähigkeiten geeignet ist. Es wird nach Produkten unterschieden, die für das Anlegen von Strümpfen mit offener und/oder geschlossener Spitze geeignet sind, nur das Anziehen oder das An- und Ausziehen erleichtern.

Generell gibt es zwei große unterschiedliche Bereiche, die Gestelle und die Gleiter bzw. eine Kombination aus beiden Varianten (Abb. 10 a–d). Die Gestelle sind in sitzender wie auch stehender Position nutzbar und insbesondere für Patienten mit Bewegungseinschränkungen geeignet, die häufig nicht mehr an ihren Vorfuß heranreichen. Einige Gestelle haben unterschiedlich lange Greifarme bzw. Bügel zum Hochziehen der Strümpfe. Sie sind grundsätzlich für offene und geschlossene Strümpfe geeignet und relativ einfach zu reinigen bzw. zu wischdesinfizieren. Allerdings sind diese Gestelle relativ groß, sperrig und schwer (s. Abb. 7).

Die Gleiter bestehen aus sehr gleitfähiger Chemiefaser, z.B. Segeltuch oder Ballonseide (s. Abb. 8). Sie erleichtern nicht nur das Anziehen der Strümpfe sondern stellen auch sicher, dass eventuelle Wundauflagen nicht verrutschen. Zudem sind sie sehr klein, faltbar und passen in jede Handtasche. Allerdings benötigt der Patient ausreichend Beweglichkeit, um an seinen Vorfuß heranzukommen (Abb. 9 a und b). Betreffend der Reinigung sind die Angaben der Packungsbeilage zu entnehmen. Die meisten Gleiter sind wischdesinfizierbar oder bei 30°C waschbar.

Beispielhafte Produktennennungen sind in Tabelle 1 aufgeführt.

Tabelle 1
Beispielhafte Produktennennungen.

Gestelle (Name, Hersteller)	Kurzinformation
medi Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe
medi Reha Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe mit einen speziellen Klappmechanismus, so dass der Fuß beim Anziehen weniger gestreckt werden muss
medi Big Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe mit größerem Durchmesser für größere Umfangsmaße
medi Lang-Griff Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe mit langem Griff für mehr Stabilität
medi Kurz-Griff Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe zum Anlegen von Armstrümpfen oder zum einfachen Anlegen von Kompressionsstrümpfen durch eine Hilfsperson
medi Vario-Griff Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe bei erheblichen Bewegungseinschränkungen, die Grifflänge ist verstellbar
medi Hosen Butler (medi GmbH & Co. KG)	Anziehhilfe , die das Anziehen von Kompressionsstrumpfhosen erleichtert
medi Reise Butler (medi GmbH & Co. KG)	Zerlegbare Anziehhilfe mit geringerem Gewicht
Ofa Fit Expert (Ofa Bamberg GmbH)	Anziehhilfe mit schwenkbaren Griffstangen
Draco Anziehhilfe (Dr. Ausbützel)	Anziehhilfe
SOS = SLIP-ON-SIGVARIS (SIGVARIS GmbH)	Anziehhilfe
VenoTrain® glider plus (Bauerfeind AG)	Anziehhilfe mit klappbaren Griffen
Socks-Jet (Salzmann AG)	An- und Ausziehhilfe mit Haltestangen
Juzo® Easy Fit (Juzo GmbH)	An- und Ausziehhilfe mit langem und gebogenem Griff
Compressana MASTER (Compressana GmbH)	An- und Ausziehhilfe
Compressana MASTER XL (Compressana GmbH)	An- und Ausziehhilfe für Fesselumfang > 26 cm
Easy On Easy Off (Gutmiedl Produkte GmbH)	An- und Ausziehhilfe mit rutschfester Standfläche
medi Butler Off (medi GmbH & Co. KG)	Ausziehhilfe , ohne Bücken und besonderen Kraftaufwand
Gleiter (Name, Hersteller)	Kurzinformation
SIM SLIDE (SIGVARIS GmbH)	An- und Ausziehhilfe für offene Strümpfe, in Größe S–XL
MAGNIDE (SIGVARIS GmbH)	Anziehhilfe für geschlossene Strümpfe, in Größe M und L
EASY OFF (Arion)	Ausziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe in Größe S, M, L
easy-slide caran (Arion)	Anziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe
medi 2 in 1 (medi GmbH & Co. KG)	An- und Ausziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe
Ofa Fit Flexi (Ofa Bamberg GmbH)	An- und Ausziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe
VenoTrain® glider (Bauerfeind AG)	An- und Ausziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe
COMPRESSANA EASY Anziehhilfe (Compressana GmbH)	Anziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe
Kombin. Gestell u. Gleiter	Kurzinformation
DOFF N' DONNER (DND) (SIGVARIS GmbH)	An- und Ausziehhilfe für offene und geschlossene Strümpfe; wird über einen Standkonus auf einen Führungsring aufgezogen und mit diesem auf das Bein abgerollt

Hinweise

Über die Homepage vom Wundzentrum Hamburg e. V. (www.wundzentrum-hamburg.de) sind unter der Rubrik „Standards“ auch eine Checkliste (CHL) „Chronische Wunden bei venösen Ulzera“ und ein Behandlungsstandard (BS) „Chronische Wunden bei venösen Ulzera“ zu finden und kostenlos downloadbar.

Quellen

1. Wundzentrum Hamburg e. V. Homepage: www.wundzentrum-hamburg.de.
2. Protz, K: Moderne Wundversorgung, 7.Auflage, Elsevier Verlag, München 2014.
3. Reich-Schupke S, Stücker, M: Moderne Kompressionstherapie, Vivital Verlag, Köln 2013.

Kerstin Protz, Krankenschwester, Projektmanagerin Wundforschung im Comprehensive Wound Center (CWC) am Uniklinikum Hamburg-Eppendorf, Referentin für Wundversorgungskonzepte, Vorstandsmitglied Wundzentrum Hamburg e. V.



Abbildung 9
a: Anziehhilfe anziehen; b: Anziehhilfe aus dem Strumpf herausziehen.



Abbildung 10
a: Doff'n Donner, b–d: Strumpf mit Doff'n Donner anziehen.